

**UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN KEBUTUHAN
NUTRISI PADA IBU MENYUSUI DENGAN POST SECTIO
CAESARIA**



Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Diploma III

pada Jurusan Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan

Oleh:

HASTUTI

J 200 140 029

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2017

HALAMAN PERSETUJUAN

**UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN KEBUTUHAN
NUTRISI PADA IBU MENYUSUI DENGAN POST SECTIO
CAESARIA**

PUBLIKASI ILMIAH

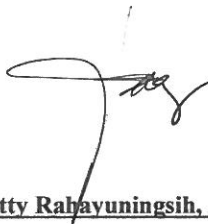
Oleh:

HASTUTI

J200140029

Telah diperiksa dan disetujui oleh:

Dosen Pembimbing



Dr. Faizah Betty Rahayuningsih, A., S.Kep., M.Kes

NIK. 684

HALAMAN PENGESAHAN

UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN KEBUTUHAN
NUTRISI PADA IBU MENYUSUI DENGAN POST SECTIO
CAESARIA

OLEH :

HASTUTI

J 200 140 029

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Pada hari Senin 17 April 2017
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Dewan Penguji:

1. Dr. Faizah Betty Rahayuningsih, A., S.Kep., M.Kes
(Ketua Dewan Penguji)

(.....)

2. Sulastri, S.Kp., M.Kes
(Anggota Dewan Penguji)

(.....)

Dekan,

Dr. Suwaji, M.Kes
NIP. 195311231983031002

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam studi kasus Naskah Publikasi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar diploma di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidak benaran dalam pernyataan saya diatas, maka akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 31 Maret 2017

Penulis



HASTUTI

J 200 140 029

UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN KEBUTUHAN NUTRISI PADA IBU MENYUSUI DENGAN POST SECTIO CAESARIA

Abstrak

Sectio caesarea merupakan suatu tehnik pembedahan untuk melahirkan anak lewat insisi pada dinding abdomen dan uterus. Menyusui merupakan proses pemberian susu pada bayi atau anak kecil dengan air susu ibu (ASI) dari payudara ibu. ASI eksklusif adalah ideal untuk bayi dalam enam bulan pertama, namun praktek rendah. Nutrisi adalah zat yang terkandung dalam makanan. Tidak ada kontra indikasi nutrisi setelah melahirkan. Pendidikan nutrisi merupakan kombinasi dari strategi pendidikan, disertai dengan dukungan lingkungan, yang dirancang untuk memfasilitasi pilihan makanan dan makanan lainnya. Berdasarkan survey dari 5 ibu menyusui terdapat 3 ibu yang mengatakan kurang tahu mengenai kebutuhan nutrisi ibu menyusui dan ASI yang keluar hanya sedikit. **Metode** yang digunakan penulis yaitu dengan menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus yaitu metode ilmiah yang bersifat mengumpulkan data, menganalisis data dan menarik kesimpulan data. **Hasil penelitian** yang didapatkan penulis yaitu defisit pengetahuan yang disebabkan karena kurangnya pengetahuan tentang kebutuhan nutrisi pada ibu menyusui. **Intervensi** yang direncanakan penulis meliputi: kaji tingkat pengetahuan klien tentang kebutuhan nutrisi ibu menyusui, jelaskan pada klien tentang pentingnya nutrisi pada ibu menyusui, jelaskan pada klien macam-macam nutrisi yang di butuhkan pada ibu menyusui, gambarkan pada klien akibat dari nutrisi yang tidak terpenuhi selama menyusui, motivasi klien untuk memenuhi nutrisi selama menyusui.

Kata Kunci: *Peningkatan Pengetahuan, Kebutuhan Nutrisi, Ibu Menyusui, Section Caesaria*

Abstract

Section caesarea is a surgical technique for childbirth through an incision in the abdominal wall and uterus. Breastfeeding is the process of feeding the baby or young child with breast milk of the breast. Exclusive breastfeeding is ideal for babies in the first six months, but low practice. Nutrients are substances contained in the food. There are no contraindications nutrients after childbirth. Nutrition education is a combination of education strategy, along with the support of the environment, which is designed to facilitate the choice of foods and other foods. Based on the initial survey of 5 breastfeeding mothers say there are 3 mothers who do not know about the nutritional needs of breastfeeding mothers and breast milk that came out just slightly. Methods used writer is by using descriptive method with case study that the scientific method is to collect data, analyze the data and draw conclusions data. **The results of the research** obtained knowledge of the author of the deficit being caused because lack of knowledge about nutritional needs of the breastfeeding mothers. **The intervention** authors include: reviewing the level of client knowledge about the nutritional needs of breastfeeding mothers, explain to clients about the importance of nutrition in breastfeeding mothers, explain to client the various nutrients needed in breastfeeding mothers, describe in clients due to unfulfilled nutrition during breastfeeding, motivated clients to meet nutrition during breastfeeding.

Keywords: *Increasing Knowledge, Nutritional Requirements, Breastfeeding Mother, Section Caesaria*

1. PENDAHULUAN

Sectio caesarea merupakan suatu teknik pembedahan untuk melahirkan anak lewat insisi pada dinding abdomen dan uterus. Indikasi *section caesarea* dilakukan bila terjadi suatu keadaan yang membuat kelahiran lewat jalan lahir tidak memungkinkan terlaksana. Diantaranya yaitu kesempitan panggul atau neoplasma yang menyumbat jalan lahir. Karena keadaan tersebut maka melahirkan dengan *section caesarea* akan lebih aman untuk ibu, anak, ataupun keduanya (Oxorn, 2010). Setelah proses melahirkan ibu bayi akan memulai peranya sebagai seorang ibu. Peran seorang ibu setelah melahirkan salah satunya yaitu menyusui bayinya.

Menyusui merupakan proses pemberian susu pada bayi atau anak kecil dengan air susu ibu (ASI) dari payudara ibu. Bayi menggunakan refleks menghisap untuk mendapatkan dan menelan susu (Irianto, 2014). Menyusui memberikan nutrisi yang berkualitas dan baik bagi bayi dan dapat sangat bermanfaat bagi ibu dan bayi (Ping, 2014). ASI eksklusif merupakan pemberian nutrisi yang optimal dan dapat memberikan perlindungan kesehatan selama 6 bulan pertama kelahiran. Menyusui merupakan strategi kesehatan yang penting di masyarakat karena dapat meningkatkan morbiditas ibu, meningkatkan mortalitas anak, dan membantu mengendalikan biaya perawatan kesehatan (Academy, 2015). ASI eksklusif dan durasi lebih lama menyusui berhubungan dengan hasil kesehatan ibu yang lebih baik

ASI eksklusif merupakan asupan nutrisi yang ideal untuk bayi dalam enam bulan pertama, namun praktek dimasyarakat rendah (Adebayo, 2014). Sekitar 25% wanita di Amerika memilih untuk tidak memulai menyusui, namun sedikit yang diketahui tentang bagaimana pendapat individu dalam jaringan dukungan wanita mempengaruhi keputusannya untuk menyusui. Hasil dari penelitian tersebut yaitu anggota keluarga dan sarana pelayanan kesehatan memainkan peran penting dalam keputusan menyusui wanita setelah melahirkan bayi (Odom, 2014). Selain itu produksi ASI yang sedikit membuat ibu cemas sehingga ibu juga memberikan susu formula

kepada bayi untuk memenuhi kebutuhan nutrisi bayi. Produksi ASI erat kaitannya dengan pemenuhan kebutuhan nutrisi selama masa menyusui (Mahesi, 2015).

Kebutuhan nutrisi pada ibu menyusui merupakan hal yang penting untuk ibu dan bayinya karena kebutuhan nutrisi ibu menyusui berpengaruh pada proses produksi ASI (Sudaryanto, 2014). Nutrisi ibu memiliki pengaruh pada kualitas kandungan dalam susu ibu. Nutrisi ibu beberapa dapat menyebabkan variasi besar dalam kualitas ASI (Sheila, 2014). Produksi ASI akan lancar apabila kebutuhan nutrisi ibu menyusui terpenuhi. Oleh karena itu, ibu menyusui harus cermat dalam mengatur pola makannya. Selain pola makan, ibu menyusui juga harus cermat memilih bahan makanan yang dapat memperlancar produksi ASI (Sutomo, 2010).

Setelah melahirkan tidak ada kontraindikasi makanan. Asupan kalori perhari perlu di tingkatkan sampai 2700 kalori, asupan cairan di tingkatkan sebanyak 3000 ml perhari. Suplemen zat besi di berikan kepada ibu nifas selama 4 minggu pertama setelah melahirkan (Bahiyatun, 2009). Faktor-faktor yang mempengaruhi nutrisi ibu menyusui diantaranya: aktivitas, pengaruh makanan erat kaitanya dengan volume produksi ASI, protein dianjurkan menambah porsi protein 15-20 gram protein sehari, suplementasi jika kekurangan atau kelebihan nutrisi (Irianto, 2014).

Kekurangan nutrisi pada ibu menyusui selain menimbulkan gangguan kesehatan pada ibunya juga dapat menimbulkan gangguan kesehatan pada bayinya (Mahesi, 2015). Gangguan kesehatan pada bayi diantaranya proses tumbuh kembang anak, bayi mudah sakit, bayi mudah terkena infeksi, kekurangan zat-zat esensial menimbulkan gangguan pada mata ataupun tulang (Irianto, 2014)

Ibu menyusui membutuhkan asupan nutrisi lebih banyak dari pada ibu yang tidak menyusui sehingga membutuhkan keberagaman jenis makanan yang dikonsumsi. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor keberagaman jenis makanan adalah 8,73 dengan kategori sedang sebanyak (39,6%). Tingkat kecukupan energi kurang sebanyak (56,6%), kecukupan protein kurang sebanyak (52,8%), kecukupan lemak kurang sebanyak (58,5%)

dan kecukupan vitamin A kurang sebanyak (58,5%). Status gizi ibu menurut IMT sebagian besar (52,8%) tergolong normal. Kelompok pangan yang kurang dikonsumsi adalah sayur dan buah-buahan. Ada hubungan antara keberagaman jenis makanan, sehingga perlu adanya peningkatan pengetahuan nutrisi seimbang bagi ibu menyusui yang dapat berkontribusi meningkatkan asupan nutrisi ibu menyusui (Fauziah, 2016).

Pendidikan nutrisi merupakan kombinasi dari strategi pendidikan, disertai dengan dukungan lingkungan, yang dirancang untuk memfasilitasi pilihan makanan dan makanan lainnya. Perilaku pemilihan nutrisi terkait kondusif untuk kesehatan dan kesejahteraan. Pendidikan nutrisi disampaikan melalui beberapa penyuluhan dan melibatkan kegiatan di tingkat individu dan masyarakat (Anuradha, 2015). Pendidikan nutrisi untuk ibu menyusui diantaranya: makan makanan yang bermanfaat baik untuk kualitas ataupun untuk kuantitas ASI, memilih makanan yang mengandung kalori sesuai dengan kebutuhan, memilih makanan yang bergizi tidak harus mahal yang penting sesuai dengan kebutuhan nutrisi laktasi, karbohidrat kompleks kaya akan vitamin dan mineral sehingga menghasilkan ASI yang baik dan cukup, kalori yang berasal dari gula kurang bermanfaat sehingga harus dikurangi, hindari makanan dan minuman beralkohol, obat-obatan, kopi, dan merokok. Hal tersebut mempengaruhi produksi air susu dan menimbulkan gangguan pada ibu dan bayi (Irianto, 2014).

Berdasarkan survey awal yang dilakukan pada 5 ibu menyusui terdapat 3 ibu yang mengatakan kurang tahu mengenai kebutuhan nutrisi ibu menyusui dan ASI yang keluar hanya sedikit. Sehingga penulis tertarik untuk menyusun laporan karya tulis ilmiah tentang “Upaya Peningkatan Pengetahuan Kebutuhan Nutrisi pada Ibu Menyusui dengan Post Sectio Caesarea”.

2. METODE

Metode yang digunakan penulis yaitu dengan menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan studi kasus yaitu metode ilmiah yang bersifat mengumpulkan data, menganalisis data dan menarik kesimpulan data. Dalam memperoleh data penulis menggunakan beberapa cara sebagai berikut:

wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan studi dokumentasi dari jurnal maupun buku. Didukung dengan hasil jurnal-jurnal yang mempunyai tema yang berkaitan dengan pemberian asuhan keperawatan yang dilakukan penulis.

Asuhan keperawatan dilakukan selama tiga hari kunjungan rumah. Pada hari pertama melakukan membina hubungan saling percaya kepada klien serta mengkaji masalah yang dialami klien. Hari kedua sampai pada hari keempat melakukan intervensi keperawatan sesuai masalah dialami klien. Evaluasi dilakukan setiap kali kunjungan intervensi yang sudah dilakukan. Alat yang digunakan untuk pengambilan data adalah tensi, termometer, dan stetoskop.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 HASIL

Pengkajian dilakukan pada hari Sabtu, tanggal 11 Februari 2017, pada jam 13.00 WIB di rumah klien yang beralamat Gedongan 01/04 Baki. Data didapatkan dari klien, keluarga klien, dan buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) klien. Data didapatkan melalui metode wawancara dan observasi. Diperoleh data sebagai berikut: Nama klien Ny. D, berusia 28 tahun, dan bekerja sebagai karyawan swasta. Hari Perkiraan Lahir (HPL) pada tanggal 26 Februari 2017, klien melahirkan pada tanggal 22 Februari 2017. Status obstetri G₁P₁A₀. Proses persalinan dengan section caesarea. Setelah melahirkan klien mengeluh ASI keluar sedikit, bayi klien terlihat tidak puas dengan ASI klien sehingga klien memberikan susu formula sebagai penambah nutrisi bagi bayi klien. Klien makan 3 kali sehari dan jarang makan sayur-sayuran. Klien lebih sering membeli makanan di luar karena klien dan keluarga jarang memasak. Klien juga mengatakan kurang mengetahui tentang kebutuhan nutrisi ibu menyusui.

Periksaan status nutrisi klien dengan format ABCD. *Antropometri*: BB saat hamil: 47 kg, TB: 153 cm, IMT: 20, 07%, BB setelah melahirkan: 45 kg, TB: 153 cm, IMT: 19,22%. *Biochemical*: klien tidak memiliki data laboratorium. *Clinical sign*: tekanan darah 120/90

mmHg, nadi: 77 kali/menit, suhu: 36,4°C, pernafasan: 20 kali/menit. *Diit*: tidak ada kontraindikasi makanan.

Pemeriksaan fisik dilakukan dengan metode IPPA yaitu: inspeksi, palpasi, perkusi, dan auskultasi. Pemeriksaan fisik diperoleh data, keadaan umum klien baik, kesadaran composmentis. Pada pemeriksaan abdomen, inspeksi: terdapat luka jahitan post operasi section caesaria, bersih, tidak ada nanah, auskultasi: bising usus 10x/mnt, palpasi: ada nyeri tekan di sekitar luka post secio caesaria, perkusi: timpani. Pada pemeriksaan genitalia bersih, lochea rubra dengan warna merah ada hitam.

Data fokus diperoleh dari data subyektif dan obyektif. Data fokus dari pengkajian pada tanggal 11 Februari 2017 didapatkan data sebagai berikut: data subyektif: klien mengatakan ASI keluar sedikit, klien makan 3 kali sehari dan jarang makan sayur-sayuran. Klien mengatakan lebih sering jajan di luar. Klien juga mengatakan kurang mengetahui tentang kebutuhan nutrisi ibu menyusui. Data obyektif: dari pemeriksaan ABCD didapatkan: tekanan darah 120/90 mmHg, nadi: 77 kali/menit, suhu: 36,4°C, pernafasan: 20 kali/menit, terjadi penurunan berat badan. Bayi klien terlihat tidak puas dengan ASI klien sehingga di berikan susu formula. Berdasarkan data fokus maka dapat di identifikasikan masalah keperawatan defisiensi pengetahuan dengan penyebab atau etiologi yaitu kurangnya pengetahuan klien tentang kebutuhan nutrisi ibu menyusui.

Diagnosa keperawatan di susun berdasarakan etiologi dan masalah yang dialami klien. Berdasarkan data diatas maka penulis merumuskan masalah keperawatan yaitu defisiensi pengetahuan berhubungan dengan kurangnya pengetahuan klien tentang kebutuhan nutrisi ibu menyusui.

Tujuan serta Kriteria hasil disusun dengan metode SMART. Metode SMART meliputi: *spesifik*: rumusan tujuan harus jelas, *measurable*: dapat diukur, *achievable*: dapat dicapai, *realistic*: dapat tercapai dan nyata, *timing*: waktu. Setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 3 hari dengan kunjungan diharapkan klien mampu menambah pengetahuan tentang nutrisi pada ibu menyusui dengan kriteria hasil: klien mampu menyatakan nutrisi yang dibutuhkan ibu menyusui, klien dapat

menyebutkan akibat dari kekurangan nutrisi, meningkatkan porsi makanan, cara memasak makanan yang benar, klien mau makan makanan sehat seperti sayur-sayuran setiap kali makan, ASI dapat keluar lancar.

Rencana keperawatan disusun berdasarkan ONEK meliputi: observasi, nursing skill, edukasi, kolaborasi. Rencana keperawatan meliputi: 1) Kaji tingkat pengetahuan klien tentang kebutuhan nutrisi ibu menyusui. Rasional: untuk mengukur tingkat pengetahuan klien tentang nutrisi ibu menyusui. 2) Jelaskan pada klien tentang pentingnya nutrisi pada ibu menyusui. Rasional: untuk menambah pengetahuan klien tentang manfaat nutrisi pada ibu menyusui. 3) Jelaskan pada klien macam-macam nutrisi yang di butuhkan pada ibu menyusui. Rasional: untuk menambah pengetahuan klien tentang macam-macam nutrisi yang dibutuhkan selama masa menyusui. 4) Gambarkan pada klien akibat dari nutrisi yang tidak terpenuhi selama menyusui. Rasional: untuk memberikan gambaran kepada klien akibat jika nutrisi tidak terpenuhi selama masa menyusui. 5) Motivasi klien untuk memenuhi nutrisi selama menyusui. Rasional: untuk memberikan dukungan kepada klien agar memenuhi nutrisi selama masa menyusui.

Intervensi yang dilakukan pada hari pertama yaitu: 1) Kaji tingkat pengetahuan klien tentang kebutuhan nutrisi ibu menyusui. Rasional: untuk mengukur tingkat pengetahuan klien tentang nutrisi ibu menyusui. Intervensi yang dilakukan pada hari kedua yaitu: 1) Jelaskan pada klien tentang pentingnya nutrisi pada ibu menyusui. Rasional: untuk menambah pengetahuan klien tentang manfaat nutrisi pada ibu menyusui. 2) Jelaskan pada klien nutrisi yang dibutuhkan pada ibu menyusui. Rasional: untuk menambah pengetahuan klien tentang macam-macam nutrisi yang dibutuhkan selama masa menyusui. 3) Gambarkan pada klien akibat dari nutrisi yang tidak terpenuhi selama menyusui. Rasional: untuk memberikan gambaran kepada klien akibat jika nutrisi tidak terpenuhi selama masa menyusui. Intervensi untuk hari ketiga yaitu: 1) Motivasi klien untuk memenuhi nutrisi selama menyusui. Rasional: untuk memberikan dukungan kepada klien agar memenuhi nutrisi selama masa menyusui. Ibu

menyusui membutuhkan asupan nutrisi lebih banyak dari pada ibu yang tidak menyusui

Implementasi dilakukan selama 3 hari kunjungan dimulai dari tanggal 13 Februari 2017 sampai dengan tanggal 15 Februari 2017. Implementasi hari pertama tanggal 13 Februari 2017 pada jam 14.00 wib yaitu mengkaji tingkat pengetahuan klien tentang kebutuhan nutrisi ibu menyusui. Didapatkan data subyektif: klien mengatakan hanya tahu kalau ibu menyusui itu makan sayur yang banyak, klien mengatakan tidak tahu tentang macam-macam nutrisi yang dibutuhkan untuk ibu menyusui, klien juga tidak tahu manfaat dari nutrisi ibu menyusui, serta klien mengatakan tidak tahu akibat dari nutrisi jika tidak terpenuhi selama masa menyusui. Data obyektif: klien terlihat bingung untuk menjawab pertanyaan.

Implementasi hari kedua dilakukan pada tanggal 14 Februari 2017 pada jam 14.00 wib yaitu: menjelaskan pada klien tentang pentingnya nutrisi pada ibu menyusui, menjelaskan pada klien nutrisi yang dibutuhkan pada ibu menyusui, dan menggambarkan pada klien akibat dari nutrisi yang tidak terpenuhi selama menyusui. Didapatkan data subyektif: klien mengatakan sudah paham tentang kebutuhan nutrisi ibu menyusui. Data obyektif: klien terlihat antusias dengan sering bertanya terkait tentang materi nutrisi ibu menyusui. Klien terlihat paham dengan materi yang disampaikan. Klien mampu menyebutkan kembali manfaat nutrisi, macam-macam nutrisi yang dibutuhkan ibu menyusui.

Implementasi hari ketiga pada tanggal 15 Februari 2017 pada pukul 13.00 wib yaitu: memotivasi klien untuk memenuhi nutrisi selama menyusui dengan makan sayur dan buah. Data subyektif: klien mengatakan 1 kali makan sayur dalam sehari. Data obyektif: klien terlihat sedang menyusui anaknya tetapi ASI keluar masih sedikit.

Penulis menggunakan metode SOAP untuk evaluasi. Penulis melakukan evaluasi setiap hari. Hari pertama pada tanggal 13 Februari 2017 pukul 14.00. Data subyektif: klien mengatakan hanya tahu kalau ibu menyusui itu makan sayur yang banyak, klien mengatakan tidak tahu tentang macam-macam nutrisi yang dibutuhkan untuk ibu menyusui, klien

juga tidak tahu manfaat dari nutrisi ibu menyusui, serta klien mengatakan tidak tahu akibat dari nutrisi jika tidak terpenuhi selama masa menyusui. Data obyektif: klien terlihat bingung untuk menjawab pertanyaan. Kesimpulan: masalah belum teratasi. Rencana: intervensi dilanjutkan (Jelaskan pada klien tentang pentingnya nutrisi pada ibu menyusui, jelaskan pada klien nutrisi yang dibutuhkan pada ibu menyusui, gambarkan pada klien akibat dari nutrisi yang tidak terpenuhi selama menyusui, motivasi klien untuk memenuhi kebutuhan nutrisinya selama menyusui dengan makan sayur dan buah).

Evaluasi pada hari kedua yaitu pada tanggal 14 Februari 2017 pada jam 14.00. Data subyektif: klien mengatakan sudah paham tentang kebutuhan nutrisi ibu menyusui. Data obyektif: klien terlihat antusias dengan sering bertanya terkait tentang materi nutrisi ibu menyusui. Klien terlihat paham dengan materi yang disampaikan. Klien mampu menyebutkan kembali manfaat nutrisi, macam-macam nutrisi yang dibutuhkan ibu menyusui. Kesimpulan: masalah teratasi sebagian. Rencana: intervensi dilanjutkan (motivasi klien untuk memenuhi kebutuhan nutrisinya selama menyusui dengan makan sayur dan buah).

Evaluasi pada hari ketiga pada tanggal 15 Februari 2017 pada jam 13.00. Data subyektif: klien mengatakan makan sayur 1 kali sehari. Data obyektif: klien terlihat sedang menyusui anaknya tetapi ASI keluar masih sedikit. Kesimpulan: masalah teratasi sebagian. Rencana: intervensi dilanjutkan (memotivasi klien agar mau makan sayur setiap kali makan).

3.2. PEMBAHASAN

Pengkajian merupakan langkah awal dari proses keperawatan dengan mengumpulkan data data yang akurat sehingga akan di ketahui masalah-masalah yang ada (Hidayat, 2008). Data diperoleh dari hasil wawancara, observasi dan buku kesehatan ibu dan anak (KIA). Pengkajian dilakukan pada tanggal 11 Februari 2017 pada pukul 13.00.

Data saat pengkajian klien mengeluh ASI Keluar hanya sedikit, bayi klien terlihat tidak puas dengan ASI klien sehingga klien memberikan susu formula sebagai penambah nutrisi bagi bayi klien. Menurut penulis

ASI klien keluar sedikit dikarenakan kurangnya asupan nutrisi dan gizi yang seimbang. Hal ini juga didukung dari data pengkajian yang menyatakan klien jarang makan sayur dan kebiasaan klien yang selalu jajan diluar, karena klien dan keluarga jarang memasak makanan di rumah. Selain itu klien juga mengatakan tidak tahu mengenai kebutuhan nutrisi pada ibu menyusui, saat ditanya klien terlihat bingung.

Nutrisi pada ibu menyusui merupakan hal yang penting untuk ibu dan bayinya. Kebutuhan nutrisi ibu menyusui sangat penting untuk proses produksi ASI(Sudaryanto, 2014). Nutrisi pada ibu menyusui sangat erat kaitannya dengan produksi air susu, yang dibutuhkan untuk tumbuh kembang bayi (Mahesi, 2015). Produksi ASI akan lancar apabila kebutuhan nutrisi ibu menyusui terpenuhi. Oleh karena itu, ibu menyusui harus cermat dalam mengatur pola makannya. Selain pola makan ibu menyusui juga harus cermat memilih bahan makanan yang dapat memperlancar produksi ASI (Sutomo, 2010).

Pemeriksaan status nutrisi klien dengan metode ABCD di dapat antropometri klien pada pemeriksaan berat badan terjadi penurunan berat badan 2 kg. Pemeriksaan biokemikal tidak terkaji. Pada clinical sign dalam batas normal. Klien tidak memiliki kontra indikasi makanan.

Pemeriksaan fisik merupakan pemeriksaan yang meninjau system tubuh dari kepala sampai kaki untuk memperoleh data obyektif tentang klien, sehingga dapat dilakukan pengkajian klinis. Kondisi dan respon klien akan mempengaruhi sejauh mana pemeriksaan berjalan. Ketepatan pemeriksaan fisik akan mempengaruhi pemilihan terapi dan evaluasi responsnya (Potter, 2010).

Pemeriksaan fisik menggunakan metode IPPA. Pada pemeriksaan fisik klien pada abdomen, inspeksi: terdapat luka jahitan post operasi section caesaria, bersih, tidak ada nanah, auskultasi: bising usus 10x/mnt, palpasi: ada nyeri tekan di sekitar luka post secio caesaria, perkusi: timpani.

Data fokus merupakan upaya pengumpulan data yang dapat digunakan sebagai sumber informasi tentang klien. Data yang dimaksud

mencakup data biopsikososial dan spiritual dari klien yang menyangkut atau berkaitan dengan masalah klien (Hidayat, 2008).

Dari hasil pengkajian dan data fokus yang didapat maka penulis menyimpulkan bahwa masalah yang dihadapi klien yaitu defisiensi pengetahuan yang disebabkan (etiologi) karena kurangnya informasi tentang kebutuhan nutrisi pada ibu menyusui. Sehingga menyebabkan klien kurang berhati-hati dalam memilih makanan dan asupan nutrisi dengan gizi yang tidak seimbang. Tingkat pengetahuan yang dimiliki klien mempengaruhi perilaku klien terhadap pemenuhan nutrisi (Maryam, 2015).

Diagnosa keperawatan yaitu keputusan klinis mengenai seseorang, keluarga ataupun masyarakat sebagai akibat dari masalah kesehatan atau proses kehidupan yang aktual atau potensial. Diagnosa keperawatan menjadi dasar pemilihan intervensi keperawatan. Diagnosa keperawatan digunakan sebagai proses pemecahan masalah karena melalui identifikasi masalah dapat digambarkan berbagai masalah keperawatan yang membutuhkan asuhan keperawatan (Hidayat, 2010).

Dari data fokus maka penulis menegakkan diagnosa yaitu defisiensi pengetahuan berhubungan dengan kurangnya informasi tentang kebutuhan nutrisi ibu menyusui. Defisiensi pengetahuan merupakan ketiadaan informasi konitif yang berkaitan dengan topik tertentu. Dengan batasan karakteristik: ketidak akuratan mengikuti perintah, ketidak akuratan melakukan tes, dan perilaku yang tidak tepat. Faktor yang berhubungan diantaranya: keterbatasan kognitif, salah interpretasi informasi, dan kurangnya informasi tentang suatu penyakit (Nurarif, 2015).

Pada tahap intervensi dapat dilakukan dengan berbagai tahapan, tahapannya yaitu sebagai berikut: penentuan prioritas diagnosis, penentuan tujuan dan hasil yang diharapkan, dan menentukan rencana tindakan. Tujuan merupakan hasil yang ingin dicapai untuk mengatasi masalah diagnosa keperawatan sedangkan kriteria hasil adalah standart evaluasi yang merupakan gambaran tentang faktor-faktor yang dapat memberi

petunjuk bahwa tujuan telah tercapai. Menentukan rencana tindakan dilakukan setelah menentukan tujuan dan kriteria hasil yang diharapkan dengan menentukan rencana tindakan apa yang akan dilakukan dalam mengatasi masalah klien.

Tujuan dan kriteria hasil disusun dengan metode SMART. Berdasarkan diagnosa yang penulis tegakkan maka penulis menentukan tujuan akan dicapai yaitu klien mampu menambah pengetahuan tentang nutrisi pada ibu menyusui dengan kriteria hasil: klien mampu menyatakan nutrisi yang dibutuhkan ibu menyusui, klien dapat menyebutkan akibat dari kekurangan nutrisi, meningkatkan porsi makanan, cara memasak makanan yang benar, klien mau makan makanan sehat seperti sayur-sayuran setiap kali makan, ASI dapat keluar lancar.

Hal yang perlu tercapai dalam melakukan intervensi dalam mengatasi defisiensi pengetahuan yaitu klien dan keluarga menyatakan paham tentang penyakit, klien dan keluarga mampu melakukan prosedur yang dijelaskan secara benar, dan klien dan keluarga mampu menjelaskan kembali apa yang dijelaskan tim kesehatan (Nurarif, 2015).

Intervensi pada asuhan keperawatan disusun dengan metode ONEK. Intervensi dilakukan selama 3 hari dengan 3 kali kunjungan ke rumah klien. Intervensi yang direncanakan penulis untuk mengatasi masalah klien ada 5. Intervensi pertama observasi tingkat pengetahuan klien tentang kebutuhan nutrisi ibu menyusui. Rasional: penulis melakukannya untuk mengukur tingkat pengetahuan klien tentang nutrisi ibu menyusui. Tingkat pengetahuan yang dimiliki klien mempengaruhi perilaku klien terhadap pemenuhan nutrisi (Maryam, 2015).

Intervensi kedua jelaskan pada klien tentang pentingnya nutrisi pada ibu menyusui. Rasional: penulis merencanakan tindakan tersebut untuk menambah pengetahuan klien tentang manfaat nutrisi pada ibu menyusui. Nutrisi ibu menyusui penting untuk menjaga kualitas dan kuantitas dari ASI sehingga bayi akan puas dengan ASI ibunya tanpa harus meminum susu formula. Nutrisi yang dikonsumsi ibu menyusui

mempengaruhi kualitas ASI, serta membantu ibu dalam pemulihan tubuh setelah melahirkan (Sutomo, 2010).

Intervensi ketiga jelaskan pada klien macam-macam nutrisi yang di butuhkan pada ibu menyusui. Rasional: untuk menambah pengetahuan klien tentang macam-macam nutrisi yang dibutuhkan selama masa menyusui maka penulis melakukan pendidikan kesehatan tentang macam macam nutrisi yang dibutuhkan oleh ibu menyusui. Selama masa menyusui tidak ada kontra indikasi makanan asalkan makan yang di konsumsi itu sehat dan bergizi. Ibu menyusui membutuhkan asupan nutrisi lebih banyak dari pada ibu yang tidak menyusui sehingga membutuhkan keberagaman jenis makanan yang dikonsumsi. Ada hubungan antara keberagaman jenis makanan (Fauziah, 2016). Sehingga perlu adanya peningkatan pengetahuan nutrisi seimbang bagi ibu menyusui yang dapat berkontribusi meningkatkan asupan nutrisi ibu menyusui. Nutrisi yang dibutuhkan selama masa menyusui diantaranya kalori yang terdiri dari karbohidrat, lemak dan protein yang berfungsi sebagai sumber tenaga dan zat pembangun, lalu vitamin dan mineral untuk memenuhi kebutuhan cairan dalam tubuh (Bahiyatun, 2009).

Intervensi keempat gambarkan pada klien akibat dari nutrisi yang tidak terpenuhi selama menyusui. Rasional: untuk memberikan gambaran kepada klien akibat jika nutrisi tidak terpenuhi selama masa menyusui. Bila nutrisi tidak terpenuhi maka akan mengganggu pertumbuhan dan perkembangan bayi serta pemulihan kondisi ibu setelah melahirkan akan terhambat. Akibat jika nutrisi tidak tercukupi pada ibu menyusui diantaranya ibu akan mudah lelah, pertumbuhan bayi akan terhambat, ibu akan mengalami anemia bila kurang asupan makanan yang mengandung zat besi (Renega, 2016).

Intervensi kelima motivasi klien untuk memenuhi nutrisi selama masa menyusui. Rasional: memotivasi keluarga dan klien agar mendukung dan memenuhi kebutuhan nutrisinya. Dengan adanya dukungan dari keluarga dapat memberikan dampak yang positif bagi klien.

Penulis melakukan implementasi selama 3 hari dengan 3 kali kunjungan. Kunjungan pertama pada tanggal 13 Februari 2017 pada jam 14.00 wib yaitu mengkaji tingkat pengetahuan klien tentang kebutuhan nutrisi ibu menyusui. Pada hari pertama implementasi klien dan keluarga kooperatif. Ditunjukkan dengan sikap ramah keluarga klien. Klien dapat menjawab beberapa pertanyaan dan yang lainnya klien mengatakan tidak tahu.

Implementasi hari kedua dilakukan pada tanggal 14 Februari 2017 pada jam 14.00 wib yaitu: menjelaskan pada klien tentang pentingnya nutrisi pada ibu menyusui, menjelaskan pada klien macam-macam nutrisi yang dibutuhkan pada ibu menyusui, dan menggambarkan pada klien akibat dari nutrisi yang tidak terpenuhi selama menyusui. Pada hari kedua implementasi klien terlihat antusias dengan materi pendidikan kesehatan yang diberikan. Selama penulis menjelaskan klien selalu memperhatikan. Klien aktif bertanya terkait tentang kebutuhan nutrisi ibu menyusui. Pada saat klien diminta untuk mengulang lagi materi, klien mampu mengulang kembali yang telah disampaikan.

Implementasi pada hari ketiga pada tanggal 15 Februari 2017 pada pukul 13.00 wib yaitu: motivasi klien untuk memenuhi nutrisi selama menyusui dengan makan sayur dan buah. Klien mengatakan tidak begitu suka dengan sayur dan klien serta keluarga jarang memasak dan lebih sering jajan makanan di luar. Keluarga klien mengatakan sedang mencari pembantu rumah tangga untuk membantu klien selama di rumah termasuk juga memasak.

Penulis menggunakan metode SOAP untuk evaluasi. Penulis melakukan evaluasi setelah selesai melakukan implementasi untuk mengetahui setiap perkembangan klien. Evaluasi hari pertama: Data subyektif: klien mengatakan hanya tahu kalau ibu menyusui itu makan sayur yang banyak, klien mengatakan tidak tahu tentang macam-macam nutrisi yang dibutuhkan untuk ibu menyusui, klien juga tidak tahu manfaat dari nutrisi ibu menyusui, serta klien mengatakan tidak tahu akibat dari nutrisi jika tidak terpenuhi selama masa menyusui. Data obyektif: klien

terlihat bingung untuk menjawab pertanyaan. Kesimpulan: masalah belum teratasi. Masalah belum teratasi apabila tujuan tidak tercapai semua (Hidayat, 2008). Rencana: Intervensi dilanjutkan untuk hari kedua.

Pada hari kedua evaluasi dilakukan evaluasi didapatkan data: data subyektif: klien mengatakan sudah paham tentang kebutuhan nutrisi ibu menyusui. Data obyektif: klien terlihat antusias dengan sering bertanya terkait tentang materi nutrisi ibu menyusui, klien terlihat paham dengan materi yang disampaikan, klien mampu menyebutkan kembali manfaat nutrisi, macam-macam nutrisi yang dibutuhkan ibu menyusui. Kesimpulan: masalah teratasi sebagian karena klien dapat mengulang kembali materi yang disampaikan dan mengatakan paham dengan materi yang disampaikan, tetapi klien belum melaksanakan prosedur dengan benar yaitu makan seimbang dan perbanyak makan sayur setiap kali makan dan buah. ASI masih keluar sedikit. Masalah teratasi sebagian bila tujuan tidak tercapai secara keseluruhan hanya tercapai sebagian saja (Hidayat, 2008). Rencana: Sehingga intervensi dilanjutkan untuk hari ketiga

Pada evaluasi hari ketiga didapat data subyektif: klien mengatakan makan sayur 1 kali sehari. Data obyektif: klien terlihat sedang menyusui anaknya tetapi ASI keluar masih sedikit. Kesimpulan: bahwa masalah teratasi sebagian. Klien sudah mau makan sayur secara teratur tetapi hanya sekali dalam sehari dan ASI keluar sedikit. Sehingga intervensi dilanjutkan dengan memotivasi klien agar mau menambah porsi makan sayur.

4. PENUTUP

4.1 Kesimpulan

Berdasarkan kasus dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa hasil pengkajian didapatkan Nama klien Ny. D, berusia 28 tahun, dan bekerja sebagai karyawan swasta. Hari Perkiraan Lahir (HPL) pada tanggal 26 Februari 2017, klien melahirkan pada tanggal 22 Februari 2017. Status obstetri G₁P₁A₀. Proses persalinan dengan section caesarea.

Setelah melahirkan klien mengeluh ASI keluar sedikit, bayi klien terlihat tidak puas dengan ASI klien sehingga klien memberikan susu formula sebagai penambah nutrisi bagi bayi klien. Klien makan 3 kali sehari dan jarang makan sayur-sayuran. Klien lebih sering membeli makanan di luar karena klien dan keluarga jarang memasak. Klien juga mengatakan kurang mengetahui tentang kebutuhan nutrisi ibu menyusui.

Diagnosa yang ditegakkan yaitu defisit pengetahuan berhubungan dengan kurangnya pengetahuan klien tentang kebutuhan nutrisi ibu menyusui. Intervensi keperawatan yang dilakukan yaitu kaji tingkat pengetahuan klien tentang kebutuhan nutrisi ibu menyusui, jelaskan pada klien tentang pentingnya nutrisi pada ibu menyusui, jelaskan pada klien nutrisi yang dibutuhkan pada ibu menyusui, gambarkan pada klien akibat dari nutrisi yang tidak terpenuhi selama menyusui, motivasi klien untuk memenuhi nutrisi selama menyusui dengan makan sayur dan buah setiap kali makan.

Implementasi dilakukan selama 3 hari dengan 3 kali kunjungan. Implementasi hari pertama mengkaji tingkat pengetahuan klien tentang kebutuhan nutrisi ibu menyusui. Implementasi pada hari kedua menjelaskan pada klien tentang pentingnya nutrisi pada ibu menyusui, menjelaskan pada klien nutrisi yang dibutuhkan pada ibu menyusui, menggambarkan pada klien akibat dari nutrisi yang tidak terpenuhi selama menyusui. Pada hari ketiga dilakukan implementasi memotivasi klien untuk memenuhi nutrisi selama menyusui dengan makan sayur dan buah setiap kali makan.

Evaluasi dilakukan setiap hari, evaluasi hari terakhir pada tanggal 15 Februari 2017 pada jam 13.00 di dapat subyektif: klien mengatakan makan sayur 1 kali sehari. Data obyektif: klien terlihat sedang menyusui anaknya tetapi ASI keluar masih sedikit. Kesimpulan: masalah teratasi sebagian. Rencana: intervensi dilanjutkan (memotivasi klien agar mau makan sayur setiap kali makan).

4.2 Saran

Berdasarkan hasil, pembahasan dan kesimpulan, maka penulis memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi puskesmas

Penulis berharap agar puskesmas meningkatkan program-program dalam rangka untuk meningkatkan pengetahuan pada ibu hamil pada masa menyusui, serta saat melakukan pendidikan kesehatan disertai dengan media seperti leaflet yang dapat dibawa pulang oleh peserta.

2. Bagi klien dan keluarga

Penulis berharap klien dapat meningkatkan asupan nutrisi yang bergizi seperti perbanyak makan sayur dan buah, serta mengurangi jajan makanan di luar, berhati-hati dalam memilih makanan di luar dan hindari makanan ber MSG.

3. Instansi pendidikan

Diharapkan hasil karya tulis ilmiah ini dapat dijadikan bahan dalam pembelajaran khususnya dalam bidang keperawatan dalam upaya peningkatan pengetahuan kebutuhan nutrisi pada ibu menyusui.

DAFTAR PUSTAKA

Academ, F. (2015). *Position of the Academy of Nutrition and Dietetics: Promoting and Supporting Breastfeeding*.

Adebayo A, A., Leshi O, O., & Sanusi R, A. (2014). *Breastfeeding Knowledge and Practice of Mothers with Infants less than Six Months Old , in Kosofe Local Government of Lagos State ., 35(2), 60–67.*

Anuradha R, Kusmmari., Basanti, Kumari., dan Laxmicant. (2015). *Impac of Nutrition Education on Knowledge of Rural Women*. Vol 51. Issue 3and4. 54-57

Bahiyatun. 2009. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Normal*. Jakarta: EGC

- Fauzia, S. (2016). *Hubungan Keberagaman Jenis Makanan dan Kecukupan Gizi dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Kedunngmundu Kota Semarang, 2501011214*, 2016.
- Hidayat, Alimul A. 2008. *Pengantar Konsep Dasar Keperawatan Edisi 2*. Jakarta: Salemba Medika
- Irianto, Koes. 2014. *Gizi Seimbang dalam Kesehatan Reproduksi*. Bandung: Afabeta
- Mahesi, Marina., A. (2015). *Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Gizi Ibu Menyusui di BPS Mulyati, Amd.Keb Natar Lampung Selatan Tahun 2014*, 1(2), 62–67.
- Maryam, Siti. 2015. *Promosi Kesehatan dalam Pelayanan Kebidanan*. Jakarta: EGC
- Odom, Erika C., Li, Rouwei., Scanlon., Kelley S., dkk (August, 2014). *Association of Family and Health Care Provider Opinion on Infant Feeding with Mother*
- Oxorn, Harry dan Forte, William R. 2010. *Ilmu Kebidanan: Patologi dan Fisiologi Persalian (Human Labor and Birth)*. Yogyakarta: YEM
- Potter, P., & Perry, A. 2010. *Fundamental Keperawatan Edisi 7 Buku 2*. Jakarta: Salemba Medika
- Ping, Elizabeth. (2014). *Keeping Abreast of the Multiple Biological, Cultural, and Psycho-Social Barriers to Breastfeeding in Modern Society*. Vol 1. Issu 1
- Innis, Shela M. (2014). *Impact of maternal diet on human milk composition and neurological development of infants 1–3*, 99, 734–741
- Services, H. (2011). *The Surgeon General's Call to Action to Support Breastfeeding*. U.S: Office of the Surgeon General Suggested

Sudaryanto, Gatot. 2014. *MPASI Super Lengkap*. Jakarta: Penebar Plus

Sutomo, Budi. 2010. *Menu Sehat untuk Ibu Menyusui*. Jakarta: Tim DeMedia